

FATTI BELLA

Incontro all'estate senza difetti

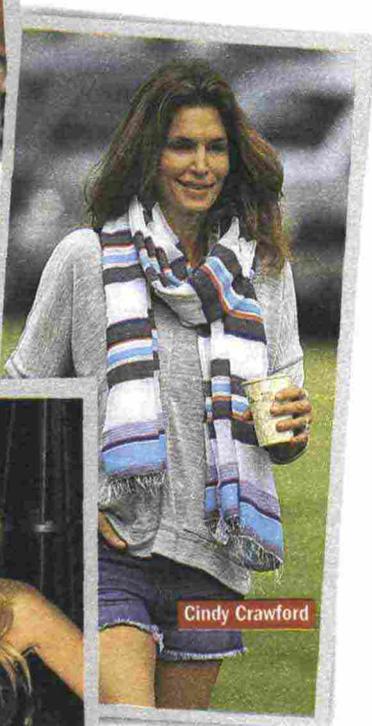
Quando scatta la stagione di TOP E SHORTS, anche le donne più belle del mondo devono fare i conti con piccole IMPERFEZIONI. Che sono le stesse di comuni mortali. Ecco come intervenire

DI ALBERTA DI GIORGIO CON LA CONSULENZA

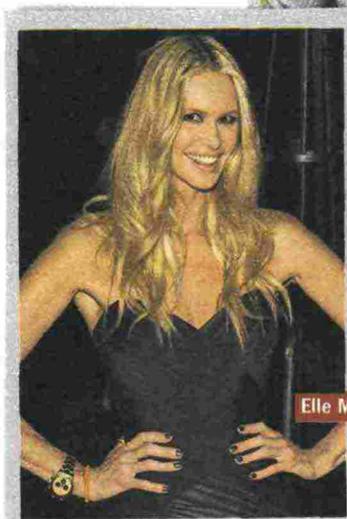
DI MAGDA BELMONTESI, DERMATOLOGA (*)



Inès de la Fressange



Cindy Crawford



Elle Macpherson



RIDUCI I CUSCINETTI CON I COSMETICI, I CIBI LIGHT E DUE LITRI DI ACQUA AL DI

➤ Pur essendo provocata dalla ritenzione idrica, la cellulite si combatte con tanta acqua. Due litri al giorno favoriscono la diuresi, aiutando l'organismo a eliminare le tossine. La tua seconda alleata è un'alimentazione ricca di frutta e verdura, che predilige cotture semplici (griglia o vapore). Oli e fluidi massaggiati su ventre, glutei e cosce, infine, stimolano la microcircolazione e, applicati regolarmente, danno scacco matto ai rotolini.

1. Body Refirm Anti-Cellulite Oil (Biotherm, 38,72 euro): con estratti di alghe antiossidanti, perfeziona i contorni del corpo.
2. Fiale Urto Bodyslim (EuPhidra, 32 euro): con pentapeptidi e caffeina, stimolano la circolazione, drenano e riducono i grassi.
3. LipoFusion Fluido (Rilastil, 36 euro): contiene estratti vegetali e oli essenziali, che contrastano rotolini e cuscinetti. Mentre il Dna sodico favorisce l'elasticità della pelle.

(*) Società italiana chimici cosmetologi

Codice abbonamento: 095256

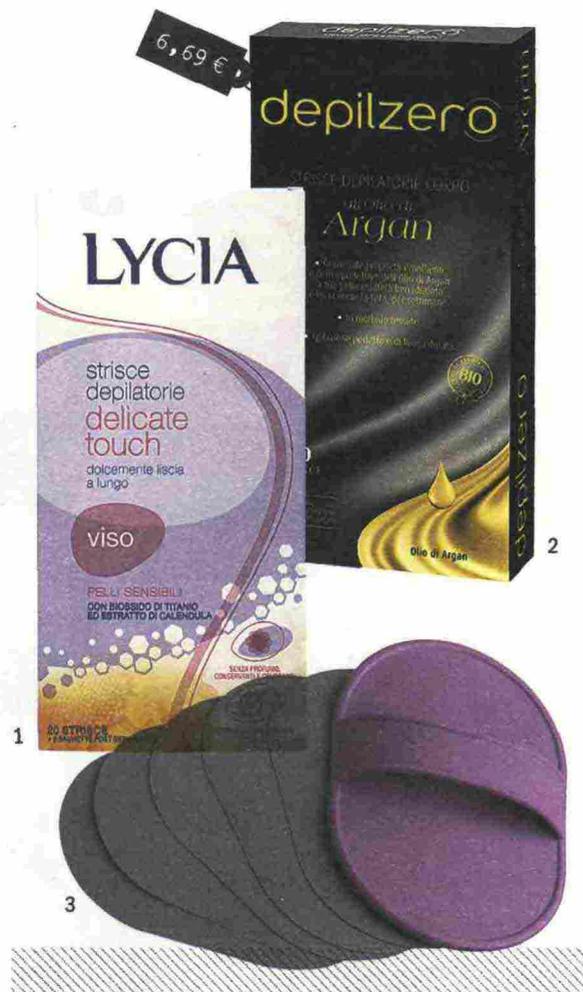
SCOLPISCI LE BRACCIA CON LE CREME MA DEDICATI ANCHE AL FITNESS

➡ Tutte noi le chiamiamo braccia a tendina, ma il nome scientifico è ptosi cutanea. Cioè, quel rilassamento della pelle all'interno delle braccia che rende imbarazzante indossare canottiere e top. Causato dagli squilibri ormonali della menopausa, questo inestetismo si può contrastare. Quotidianamente, dopo 15 minuti di esercizi con i pesini (basta un chilo per parte), va applicato sulla zona un cosmetico rimodellante. E due volte alla settimana è consigliata un'ora di nuoto.

1. Latte Idratante Rassodante Q10 Energy (Nivea, 8,50 euro): con coenzima Q10, L-carnitina e creatina, aiuta la pelle a mantenersi tonica e compatta.
2. Fango-Scrub Rimodellante SOS Zone Critiche (Collistar, 27 euro): in soli 3 minuti di posa leviga, drena e rimodella.
3. Modellante Interno Braccia (Pupa, 31,50 euro): grazie al suo complesso di principi attivi, agisce come una ginnastica cosmetica che fortifica la struttura cutanea e la ricompatta.



Getty (2), Splash News (1)



ELIMINA I PELI SUPERFLUI CON L'EPILAZIONE SEGUITA DA QUALCHE RITOCCHO

➡ Lottare con le "ombre" su gambe, braccia e parte superiore delle labbra è un problema che riguarda soprattutto le more. Ma risolverlo è facile. L'epilazione è la soluzione più duratura: strappando anche la radice del pelo, questo ricrescerà lentamente, lasciando la pelle liscia per quasi un mese. La depilazione, invece, è ideale per i ritocchi, oppure per un intervento sprint quando sei di fretta. Ma il risultato dura pochi giorni.

1. Delicate Touch Strisce Depilatorie Viso (Lycia, 6,99 euro): con cera al biossido di titanio, aderiscono ai peli ma non alla pelle.
2. Strisce Depilatorie Corpo Argan (Depilzero, 6,69 euro): eliminano i peli superflui e, con olio di argan, idratano.
3. LissPad (Bottega Verde, 13,99 euro): si massaggiano sulle zone da trattare (gambe, braccia e viso) per la depilazione ma, soprattutto, quando servono semplici ritocchi.